

青衣長者鄰舍中心

地址: 青衣邨宜偉樓地下B翼 及
青怡花園青怡薈一樓24-25號舖(樂青薈)

電話: 2433 6414 / 2434 4484

傳真: 2433 6220

電郵: ty nec@bokss.org.hk

網頁: <http://www.bokss.org.hk>

辦公時間: 逢星期一至六上午9:00至下午5:00 (星期日及公眾假期休息)

樂青薈辦公時間: 逢星期一至五上午9:00至下午5:00 (星期六、日及公眾假期休息)

Facebook: 浸信會愛羣社會服務處 長者社區支援及護理服務
Elderly Service Of Baptist Oi Kwan Social Service -BOKSS

2026年6月份通訊

派發日期: 2026年5月18日

印製日期: 2026年5月15日

印刷品: 350份

編印: 梁焯詩、陸詠欣

督印人: 梁嘉軒、曾思敏



下一期

7月通訊派發日期:
2026年6月15日

由即日起
預約登記成為會員/護老者/義工

18/5(一)起至23/5(六)期間
遞交「活動報名表」

1/6(一)起
開放活動餘額供會員預約

30/5(六)起
中心發出活動確認通知及交費

25/5(一)起
進行抽籤

個人資料咪亂俾 踢走騙徒靠晒你

私隱專員教你防騙六招

Privacy Commissioner Offers Six Tips to Prevent Fraud

1 切勿隨意披露個人資料
Do not disclose
personal data
to others arbitrarily



2 留意帳戶及簽帳紀錄
Keep an eye on your
accounts and
transaction records



3 切勿向任何人透露帳戶密碼
Never share passwords
with anyone



4 減少在網上分享個人的
正面照片及影片
Minimise the online sharing
of portrait photos and videos



5 核實來電者身分
Authenticate the
identity of callers



6 留意最新防騙資訊
Pay attention to the
latest fraud
prevention information



健康類活動

福安組(2627第一季)

TY/P0002647

日期：2026年6月12日(星期五)

時間：上午10:00 – 11:00

地點：中心活動室1及2

對象：中心會員

費用：全免

名額：20人

負責職員：社工盧芷微姑娘

內容：由中國基督教播道會福安堂的基督教事工同工帶領活動，為對基督教信仰有興趣的會員定期提供小組聚會，提升參加者心靈健康及增加參加者間的聯繫。

講員/導師：中國基督教播道會福安堂林傳道

備註：即使你並非基督徒，都歡迎一起來認識福音的信息與故事。



快活三寶(2627第一季)

TY/P0002648

日期：2026年6月25日(星期四)

時間：上午10:00 – 11:00

地點：中心活動室1及2

對象：中心會員

費用：全免

名額：20人

內容：由宣道會青恩堂的基督教事工同工帶領活動，分享福音訊息和故事，活動內容包括：信仰+增值+關顧三個向度。

講員/導師：宣道會青恩堂蔡傳道

負責職員：社工盧芷微姑娘

備註：即使你並非基督徒，都歡迎一起來認識和探索福音的信息與故事。

護士診所(2026年6月)

TY/P0002695

日期：2026年6月17日(星期三)

時間：上午9:00-下午5:00

地點：樂青薈 – 護航空間及義想空間

對象：中心會員

內容：由機構註冊護士提供健康檢測及個人健康諮詢服務。

費用：會員\$15/非會員\$45

名額：15人

講員/導師：註冊護士周姑娘

負責職員：社工盧芷微姑娘

備註：參加者需於面談 2 小時前進食，以便驗測血糖測試。



藥劑師藥物諮詢(26年6月)

TY/P0002694

日期：2026年6月3日(星期三)

時間：上午9:30-下午4:30

地點：中心娛樂室

對象：中心會員

內容：由醫護行者註冊藥劑師為長者解答藥物疑難。

費用：全免

名額：12人

講員/導師：醫護行者藥劑師文先生

負責職員：社工盧芷微姑娘

備註：藥劑師於查詢時會登入會員醫健通，以了解會員用藥情況。



健康類活動



Vhealth震一震(4月-9月) TY/P0002655



日期：中心開放時間

時間：上午9:30 - 下午4:30

地點：大堂

對象：中心會員

內容：高頻率低振幅的互動負重運動科技可應用於多種骨骼肌肉系統疾病，已獲多項研究證實。V-Health互動負重運動儀提供全身的振動刺激，可預防及改善骨質疏鬆及相關疾病。

- 預防及改善骨質疏鬆
- 提昇肌肉功能
- 改善血液循環
- 減輕背痛

費用：\$220/半年 (由付款當天起計算半年)

名額：不限

負責職員：社工盧芷微姑娘

備註：

1. 使用前需先報名護士診所，諮詢護士意見後，先找盧姑娘報名，才可使用。
2. 每個月的最後一個星期一上午9時起，將開放預約下個月的服務時段，敬請留意。本次6月份的服務時段將於5月26日（星期二）上午9時起開放預約。
3. 上午9:00至9:05到達中心之參加者，將劃分為同一抽籤組，並於上午9:05後進行抽籤以決定填寫預約時間表之次序。上午9:06或之後到場者，則承接抽籤組最後一個號碼輪候填寫預約時間表，依「先到先得」方式接續派籌。凡已領取籌號者，建議在中心等候至填寫預約時間表，如過號者須重新輪候。
4. 使用者需先於中心預約使用時間。
5. 如預約時間逾時超過5分鐘，該節使用時間會開放供其他使用者使用。
6. 若下一位使用者已到場，則可於不影響下一位預約之情況下提前使用。震震機運動為20分鐘一個環節，如果到場時，時間不足以完成整個環節及會影響下一位已預約之使用者，則不得提前使用。



健康類活動

飲得營養(4月至9月)

TY/P0002654

日期：2026年6月18日 (星期四)

時間：上午9:30-11:00

地點：中心娛樂室

費用：按奶粉價錢收費

內容：中心為有需要人士提供購買美國雅培公司奶粉活動，讓有需要人士能享用優惠價錢購買奶粉，增加有需要人士對自己健康的關注及減低經濟負擔。數量有限，售完即止。

負責職員：社工盧芷微姑娘

當日直接到場購買。

****不收取\$1000元紙幣，請自備零錢，免卻找贖****

****每人每種奶粉款式限購2罐****

****自備環保袋****



請會員留意以下最新價格	每罐
金裝加營養(900克)	\$215
低糖加營養(850克)	\$233
怡保康(850克)	\$260
活力加營養(850克)	\$253

教育發展類活動

衛生署健康講座(6月)

TY/P0002707

日期：2026年6月29日 (星期一)

時間：上午10:00 - 11:00

地點：中心活動室1及2

對象：中心會員

內容：由衛生署長者健康外展分隊職員主講健康資訊，
本月講座主題：慎防食物中毒。

費用：全免

名額：40人

講員/導師：荃灣及葵青區長者健康外展隊葉姑娘

負責職員：活動幹事朱倩瑩姑娘



教育發展類活動

6月中心資訊日 TY/P0002697



日期：2026年6月15日(星期一)
時間：上午10:00-11:00
地點：中心活動室1及2
對象：中心會員
內容：介紹7月中心活動安排及最新消息。
費用：全免
名額：30人
負責職員：計劃幹事徐維焯先生

消防防火講座2026 TY/P0002698



日期：2026年6月15日(星期一)
時間：上午11:00-12:00
地點：中心活動室1及2
對象：中心會員
內容：由青衣消防局消防員到中心進行防火講座，為大家講解防火知識及防災方法。
費用：全免
名額：30人
講員/導師：青衣消防局消防隊員
負責職員：計劃幹事徐維焯先生

易筋棒八段錦2026(一) TY/P0002427

日期：2026年6月5、12、26日；7月3、10、17、24、31日；8月7及14日
時間：下午2:00-3:00 (逢星期五)
地點：中心活動室1及2
對象：中心會員
內容：由專業導師教授會員練習易筋棒及八段錦
費用：會員 \$50/非會員\$80 (共10堂)
名額：10人
講員/導師：李蕙心老師
負責職員：計劃幹事徐維焯先生



社交活動

剪髮服務(2026年6月) TY/P0002699

日期：2026年6月5日(星期五) 時間：上午9:30-11:00
地點：中心活動室1及2 對象：中心會員
內容：由香港萬國宣道會長康浸信會長者鄰舍中心義工到中心為會員剪髮。
費用：會員 \$10/非會員\$40
名額：18人
負責職員：計劃幹事徐維焯先生
備註：**剪髮次序按當日籌號安排，先到先剪。**



社交活動



馬灣基慧小學慶雙親

TY/P0002701

日期：2026年6月18日(星期四)

時間：上午10:30-11:30

地點：中心活動室1及2

對象：中心會員

費用：全免

名額：20人

內容：由馬灣基慧小學學生和會員一同玩遊戲、表演、做手工，慶祝雙親節。

負責職員：計劃幹事徐維焯先生

義務工作活動

26-27耆兵義工會(第一季)

TY/P0002611

日期：2026年6月17日(星期三)

時間：下午2:30-3:30

地點：樂青薈-活齡空間及活現空間

對象：中心義工

內容：每月義工聚會，檢討及安排下月活動，並分享最新資訊。

費用：全免

名額：30人

負責職員：社工盧芷微姑娘

26-27電話關心一線通(第一季)

TY/P0002619

日期：2026年6月5及26日(星期五)

時間：上午10:00-12:00

地點：中心面談室

對象：中心義工

內容：招募義工電話關心長者會員，關心他們生活需要，送上問候祝福。

費用：全免

名額：4人

負責職員：社工盧芷微姑娘



拓展退休規劃活動

50+社區街站(26-27年第一季)

TY/P0002612

日期：2026年6月29日(星期一)

時間：上午10:00-11:30

地點：偉景花園

對象：50-59歲準退休或剛退休人士

內容：透過街站向50-59歲準退休及剛退休人士介紹中心退休規劃服務，並招募成為中心頤菁會員。

費用：全免

名額：不限

負責職員：社工陸詠欣姑娘

26-27通訊耆兵義工(第一季)

TY/P0002610

日期：2026年6月13日(星期六)

上午10:00-12:00 及

2026年6月30日(星期二)

上午10:00-12:00 及

下午1:30-4:30

地點：中心活動室 / 中心面談室

對象：中心義工

內容：義工協助摺疊通訊、聯絡會員及派發活動票等工作。

費用：全免

名額：12人

負責職員：社工盧芷微姑娘

護老者及認知障礙症社區支援服務

護老者及認知障礙症社區支援服務簡介隨著人口老化，認知障礙症長者及護老者日漸增加，社會福利署於2018年10月撥出了資源開展服務。因此，浸信會愛羣社會服務處設立了護老者及認知障礙症社區支援隊，分佈在各長者鄰舍中心提供社區支援服務，包括舉辦護老者支援小組、照顧技巧訓練、認知障礙症訓練活動、義工探訪，及公眾教育活動等，以支援認知障礙症長者及有較高支援需要護老者的不同需要。歡迎高支援需要的護老者登記成為護老者及認知障礙症社區支援服務隊的護老者。

護老者招募

護老者活動特別為需要照顧長者的親屬而設，提供一系列支援服務，包括：個案諮詢、服務申請、照顧者與被照顧者的情緒支援/輔導服務、家居照顧技巧訓練課程，適切回應護老者的需要，提昇其照顧技巧，以減輕照顧的壓力。

參與護老者活動登記方法：於本年度(2026-2027年)到中心登記一次，即可以參與護老者活動。如有任何查詢，歡迎聯絡中心職員。
護老者不限年齡，需要照顧60歲或以上長者之家人，即可**免費**登記成為中心護老者。

照顧者易達平台

TY/P0002620

由關注照顧者需要的社福機構組成，旨在推動社會各界人士肯定和尊重照顧者的付出和身份，並集結不同的社區資源，攜手共建照顧者友善社區。

歡迎照顧者申請



年老照顧者



身體殘疾人士
照顧者



智障人士
照顧者



精神健康人士
照顧者



成癮人士
照顧者



有特殊學習需要學童
/人士照顧者



長期病患人士
照顧者



立即加入
以獲得更多照顧者資訊及資源

持咭者可享用



社區優惠

照顧者尊享優惠，
平台會定期更新相關資訊



城中活動

為照顧者搜羅不同城中活動，
希望讓照顧者鬆一鬆



支援服務推介

為有需要的照顧者提供
相關支援服務推介

聯絡秘書處



☎ 2656-6680 📠 2656-2220

✉ info@carereps.org



CAREREPS
照顧者易達平台

護老者活動

活好當下-照顧者支援講座

TY/P0002691

日期：2026年6月18日(星期四)

時間：下午2:00-3:30

地點：樂青薈-活齡空間及活現空間

對象：護老者優先

內容：認識體弱長者社區資源、照顧者支援服務、以及人生最後畢業禮資訊。

費用：全免

名額：50人

負責職員：社工謝穎欣姑娘

生死教育小組

TY/P0002702

日期：2026年6月9、16、23及30日(逢星期二)

時間：上午10:00-11:00

地點：樂青薈-活齡空間

對象：中心護老者

內容：讓護老者規劃好人生晚期生活、與家人之間如何溝通後事安排。

費用：全免

名額：8人

負責職員：社工陳淑貞姑娘

護老者椅上操

TY/P0002703

日期：2026年6月16日(星期二)

時間：下午2:00-下午3:00

地點：樂青薈-活齡及活現空間

對象：護老者優先

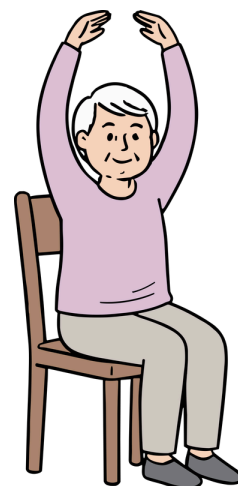
內容：介紹運動的好處及指導護老者基本運動技巧，亦會示範椅上操的動作及注意事項。

費用：全免

名額：15人

講員/導師：長者安居協會職員

負責職員：社工陳淑貞姑娘



認知障礙篇-生活之道1

TY/P0002704

日期：2026年6月24日(星期三)

時間：上午10:00-11:00

地點：樂青薈-活齡及活現空間

對象：護老者優先

內容：由衛生署長者健康外展分隊職業治療師主講，淺談如何為認知障礙症患者提供「現實導向」訓練及如何改善家居生活安排。

費用：全免

名額：20人

講員/導師：衛生署長者健康外展分隊職業治療師

負責職員：社工陳淑貞姑娘

別來「無癢」

TY/P0002705

日期：2026年6月10日(星期三)

時間：下午2:00-3:30

地點：樂青薈-活齡及活現空間

對象：中心有效護老者會員

內容：製作天然蚊膏，共渡歡樂「無癢」端午。

費用：全免

名額：16人

講員/導師：聖公會麥理浩中心職員

負責職員：社工陳淑貞姑娘

備註：參加者可獲端午節小禮包一份。



護老同行小組

TY/P0002674

日期：2026年6月2, 9, 23, 30日；7月7及14日(逢星期三)

時間：下午2:00-3:30

地點：樂青薈-活齡及活現空間

對象：中心護老者

內容：社工及護老者一同分享護老喜與悲，彼此支持勉勵。

費用：全免

名額：8人

負責職員：社工陳淑貞姑娘

有需要護老者活動

舒「護」香薰按摩工作坊

TY/P0002690



日期：2026年6月4日(星期四)

時間：上午10:00 – 11:30

地點：樂青薈 – 護航空間

對象：有需要護老者優先

內容：透過學習芳香天然精油、按自己喜好調配適合自己的芳香按摩油，參加者能舒解肌肉緊張、舒緩精神緊張及學習自我按摩技巧與自我關懷。

費用：全免

名額：12人

講員/導師：運動心理顧問服務導師

負責職員：社工陸詠欣姑娘

備註：導師獲NAHA美國國家整體芳療師協會專業芳療師認證

護愛·聽出健康講座

TY/P0002689



日期：2026年6月26日(星期五)

時間：上午10:30 – 11:30

地點：樂青薈-活齡及活現空間

對象：有需要護老者優先

內容：透過學習聽障的成因與情緒健康的關係、如何以積極的心態面對聽障的出現、無障礙社區及輔助儀器設備及一起做健耳操，一同提升對聽障者溝通需要的認識及溝通信心!

費用：全免

名額：15人

講員/導師：香港聾人福利促進會職員

負責職員：社工陸詠欣姑娘

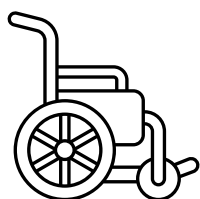
中心人事變動

各位會員，大家好！我係中心行政助理梁煒詩姑娘。
很高興可以認識大家，
並與大家渡過了許多愉快而難忘的時光。
我將會在5月20日離任，
並離開正式離開這個充滿溫暖的大家庭。
祝願大家身體安康，快樂常駐！



輪椅借用服務1 TY/P0002624

1. 按金費用	港幣一百元正
2. 借用方法	成為中心有效護老者或持有效會員証，或即時完成登記，前往詢問處辦理借用手續。
3. 借用數量	每人可借用1輛。
4. 借用手續	每輛輪椅可借用1-14日（包括公眾假期）。
5. 續借須知及手續	1. 視乎輪候情況，每次只可續借1次（包括公眾假期）。 2. 必須親身到本中心辦理借用手續。
6. 逾期、遺失或損壞	1. 申請者必須於指定日期內歸還物品，逾期歸還，每日罰款港幣二十元正。 2. 所借物品必須保持清潔、完整。如有損毀申請人需負責支付維修費或補購費。 3. 遺失則需照價賠償。



颱風及暴雨警告下活動安排

	酷熱/ 寒冷/ 天氣警告 	雷暴 警報 	黃色 暴雨 	紅色 暴雨 	黑色 暴雨 	1號 風球 	3號 風球 	「極端情況」 警報信號/ 8號或以上風球 
中心開放 上午9:00前	✓	✓	✓	✓	✗	✓	✓	✗
中心開放 上午9:00後	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	立即關閉
室內活動	✓	✓	✓	✗	✗	✓	✗	✗
戶外活動				✗	✗	✓	✗	✗

備註：✓ 活動如常舉行 ✗ 活動取消  致電中心查詢

上午9:00前：

- 當日如天文台在惡劣天氣警告取消後，發出「極端情況」，中心將繼續關閉，直至等「極端情況」警報取消後兩小時內重新開放。
- 當日在八號或以上風球/黑色暴雨/極端天氣警告取消後，中心將於兩小時內重新開放。

上午9:00後：

- 當天文台在辦公時間內表示將會掛八號風球或「極端情況」警報，中心將安排服務使用者在安全情況下盡快離開。

活動抽籤安排

- ◆ 活動會按需要進行隨機抽籤
- ◆ 中心保留更改活動細則的最終決定權力，包括但不限於隨時暫停、更改或終止活動及其條款及細則，而毋須另行通知。部份活動基於活動設計需要或符合有關機構要求，均註明參加者條件或限制。一般情況下，未能符合有關條件之會員均不獲接受報名。
- ◆ 中心通訊內容如有更改，將不作個別通知，請各會員留意中心通告。

電話預約續會/新入會

在 2026 年 5 月內需續會會員，中心將致電各位會員到中心辦理手續。
欲加入本會之新會員，請致電中心 2433 6414 向職員預約辦理入會日期及時間。
屆時申請人請帶同身份證、會員年費(如下)到中心辦理手續。

會費： 凡於本年度內 (2026年4月至2027年3月) 持有效中心會籍之會員年費，
如下：

50歲至59歲頤菁會員收費— \$60

60歲以上長者會員收費— \$21

****中心將保留最終決定權****

報名流程

- 1) 中心將於18/5起派發6月活動通訊；
- 2) 18/5-23/5期間遞交活動表方法：
 - 3) a. 將已填妥的報名表交予中心職員
 - b. 以WhatsApp訊息遞交報名表至中心手機2433 6414；會員敬請留意。
- 4) 25/5起進行活動抽籤，名單包括正選及後備次序的參加者。
- 5) 30/5起本中心義工將以電話聯絡各位獲抽中出席活動之會員，並可於當日下午1時30分起到中心取活動票，獲抽中活動之會員，1/6或之前須繳費作實(如活動須收費)，如逾期，將視作棄權。
- 6) 如30/5起會員未接獲中心電話，欲知抽籤結果或後補名額次序，可於辦公時間內致電中心(電話: 2433 6414)與當值職員查詢。
- 7) 活動一經收費及報名成功，如因個人理由退出活動，將不會作出退款安排。
- 8) 如非會員報名活動，需每活動多付非會員費\$30。



遇到服務獎勵計劃 (每日拍卡及打印花月月獎)

2023年4月起，各會員前往中心時請攜同個人有效會員卡進行電子拍卡及蓋印於印花紙上，每月拍卡及蓋印花次數最多會員可獲精美禮物一份。

名額80名，先到先得，送完即止。

拍卡及蓋印花時段：星期一至六

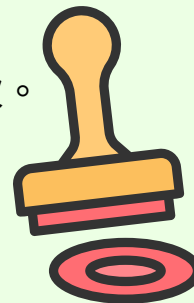
上午時段：上午9時至12時59分，下午時段：下午1時至5時

* 每個時段只可以拍卡一次及蓋印一次，每日最多可拍卡及蓋印兩次。

* 每月10日截止收取上月的印花紙。

* 每月17日公開獲獎名單。

* 每月換領禮物日期為當月17日至當月30日。



服務質素標準-標準3

運作及活動紀錄

服務單位存備其服務運作和活動的最新準確記錄。

3.1 服務單位須保存服務運作及活動的準確和最新記錄。

3.2 製備準確和最新的統計報告，向社會福利署匯報。

3.3 服務單位須讓市民閱覽有關其服務表現的定期統計資料和報告。

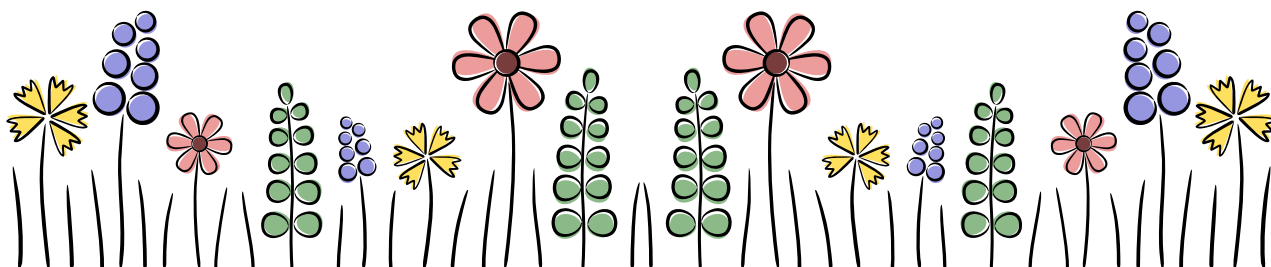
如對服務質素標準(SQS)有任何疑問，歡迎向中心職員聯絡。

中心資訊

◆ 每月最新通訊會於中心資訊日當日派發，各會員可在辦公時間內到中心領取。

◆ 電子版通訊可透過掃描以下QR code下載通訊：

中心電子通訊QR code



中心WhatsApp頻道

本中心公告會張貼於中心及透過WhatsApp 頻道發送，歡迎加入中心 WhatsApp 頻道以獲取最新消息，謝謝。

中心WhatsApp 頻道



會員可透過以下方式加入WhatsApp 頻道：

步驟一：掃描旁邊中心 WhatsApp頻道QR Code。

步驟二：完成加入，即可接收本中心最新公告與資訊。

中心職員名單

地區服務經理(荃葵青區):	梁嘉軒 先生
服務隊長：	曾思敏 姑娘
社會工作人員:	陸詠欣 姑娘、陳淑貞 姑娘、 謝穎欣 姑娘、盧芷微 姑娘、待聘
計劃幹事:	徐維焜 先生
活動幹事:	朱倩瑩 姑娘、陳佩瑩 姑娘
行政助理:	梁煒詩 姑娘
半職庶務員:	陳藝嬋 姑娘

浸信會愛羣社會服務處 青衣長者鄰舍中心
讚賞 / 意見表

我的意見：_____

姓名：_____ 電話：_____ 填寫日期：_____

填妥完後，歡迎投遞、電郵或親身交至本中心。

如不欲本處使用你的個人資料作此通訊用途，請以書面郵寄或電郵至ty nec@bokss.org.hk通知本處。